

160.000 danskere er vegetarer

19. november 2010, Jyllands-Posten, Sektion 2 (Puls), Side 9, 232 ord, Id: e24ce816

Over halvdelen af danskerne har et positivt indtryk af **vegetarernes** livsstil, viser en ny undersøgelse.

3,9 procent af befolkningen betragter sig selv som **vegetar** eller veganer. Det svarer til 160.000 danskere.

Det viser den første opgørelse nogen sinde, som FDB Analyse nu har lavet for Dansk Vegetarforening.



Samtidig mener 61 procent af befolkningen, at der kan være gode grunde til at spise mindre kød, viser undersøgelsen, som 981 repræsentativt udvalgte danskere mellem 15 år og 74 år har svaret på.

Det viser, at mange danskere har et positivt indtryk af **vegetarernes** livsstil, mener formanden for Dansk Vegetarforening, Sune Borkfelt.

Begrundelsen er sundhed

»Det har stor betydning i et land, hvor mange **vegetarer** stadig må leve med fordomme - for eksempel, at det er farligt at lade børn vokse op som **vegetarer**,« siger formanden.

Ikke alle dem, der har svaret, at de selv betragter sig som **vegetarer**, lever 100 procent uden kød, men spiser lidt kylling eller fisk en gang imellem.

Lignende undersøgelser i andre lande har vist, at befolkningsandelen af **vegetarer** er ni procent i Tyskland og Schweiz, seks procent i England og tre procent i Sverige og Norge.

Der viser sig at være så mange **vegetarer** i Danmark, at restauranter og supermarkeder her har et større kundegrundlag at udvikle vegetarretter til, end de regner med, siger Sune Borkfelt.

Undersøgelsen viser også, at folks egen sundhed med alderen bliver en voksende begrundelse for at spise vegetarmad i forhold til at gøre det af klimahensyn.

/ ritzaу/.

- Mange danskere har et positivt indtryk af **vegetarernes** livsstil, viser undersøgelsen.
Modelfoto: Polfoto

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Forfatter-interview: Bogen, du ikke kan læse uden at blive vegetar, kalder de den i USA. Forfatteren Jonathan Safran Foer har skrevet en dokumentar bog om menneskets trang til kød og de uhyrligheder, som dyr må lide i det amerikanske industrilandbrug.

Det er ét af den slags karriereskift, man ikke ventede sig: At amerikansk litteraturs wonderboy, Jonathan Safran Foer, efter to højtroste litterære romaner skulle skrive en 400 sider lang bog om den industrielle produktion af kød, der munder ud i en opfordring til at ophøre med at spise det.

Det er ikke et frådende aktivistisk opgør, men en personlig og nøgtern bog om, hvordan vi behandler dyr i industrilandbruget, hvad konsekvenserne er for miljøet og for vores kroppe, og hvor lidt der egentlig retfærdiggør vores nuværende spisevaner.

I USA kaldte en næsten enstemmig anmelderskare det en bog, der forandrer synet på mad. Man spiser aldrig en fabrikskylling igen.

Det er ikke fanatisk skrevet, det er heller ikke nyt, for både kølediske, specialbutikker og restauranter i Danmark bugner af tilbud, der intet har at gøre med de produkter, som frembringes i det industrielle landbrug, men det er alligevel en bog, der gør indtryk ved sin enorme research, sine mange fakta, fortællingerne fra forfatterens barndom og nuværende familieliv og systematiske gennemhulning af de mange myter og fiktioner, som vi har bygget om det at spise kød.

Er det realistisk at tro på, at man kan ændre så mange menneskers vaner så radikalt? »Jeg tror virkelig på, at den store majoritet af folk vil ændre dem. Den første reaktion, når man hører om bogen, kan let være: Åh nej, det gider jeg ikke læse om, men det gør du faktisk, for du er optaget af det her i forvejen, du tænker på dyr og deres velfærd, du bekymrer dig om, hvad du putter i munden, og du er ikke interesseret i at give dine børn en kylling, der er salmonellainficeret eller mælk, som er fyldt med hormoner.

Kvinder, der drikker mælk i USA, har tre gange så stor chance for at få tvillinger i forhold til kvinder, der ikke har drukket mælk fra hormonbehandlede køer.

Jeg kommer ikke og prædiker og siger, at jeg vil tage dit kød fra dig, jeg spørger bare: Er det ikke noget, vi skal ændre på? Og de fleste vil svare ja. For de vil vide de her ting, de vil ikke drikke den mælk eller spise den kylling.« Men hvis folk føler, at de mister noget fundamentalt, hvis de skal give afkald på kød, skal de så ikke bare have lov til at være i fred? »Jeg beder ikke folk om at blive **vegetarer**. Vi spilder alt for meget energi på at forandre individer.

Hver gang jeg læser op, er der én, der siger: Min bror er meget ansvarlig og miljøbevidst, men jeg kan ikke få ham til at holde op med at spise kød. Hvad skal jeg gøre? Du skal lade



ham være i fred, siger jeg.

Det forandrer ikke verden.

Man skal investere sin energi der, hvor den er mest nyttig.

Og det gælder jo for eksempel de unge, som er utrolig åbne for det her. 18 pct. af de unge i gymnasierne er **vegetarer**.

Det er jo også dem, som kommer til at betale prisen ved at blive sterile og få alle de sygdomme, der følger med denne kultur.

De vil ændre det, de er vrede og spændte og jeg tror på, at når de om 10 år er forfattere, journalister, jurister og politikere, så vil tingene se meget anderledes ud«.

Vegetar som barn

Ideen til bogen fik Foer, da hans kone, forfatteren Nicole Krauss, blev gravid, og de skulle tage stilling til, hvad deres søn skulle spise.

»Det er et spørgsmål, der har optaget mig helt tilbage fra min egen barndom. Som mange børn var jeg ubehagelig til mode over at spise dyr.

Børn fornemmer, hvor forskellig vores forbrug af kød er fra alt, hvad de ellers lærer om dyr.

I deres godnathistorier er alle heltene dyr, de har tøjdyr, de elsker familiens hund, som de får besked på at behandle godt, så det, at vi dræber dyr for at spise dem, er antitesen til alt, hvad børn lærer om dyr, og det fandt jeg ret mærkeligt.

Jeg havde en kortvarig periode som **vegetar** på et par uger, da jeg var ni år, og jeg slap aldrig af med mit ubehag, men det var først da min kone blev gravid, at jeg tog det på mig,« siger Jonathan Safran Foer.

Enten/ eller

Ind imellem har han prøvet at være **vegetar** i kortere og længere perioder, men der er jo det med kød »at det smager godt, det lugter godt, og alle andre spiser det,« som han siger, så rigtig **vegetar** blev han aldrig, før sønnen kom til verden.

»Jeg ville ønske, at jeg ikke havde gjort det til et spørgsmål om identitet, altså om jeg var **vegetar** eller ej. Jeg kunne jo have spist meget mindre kød i stedet for at forsøge at gå

direkte til konklusionen og så enten bestå eller mislykkes.« Men er det ikke sagen i en nøddeskal, at man har en tendens til at gøre det til et enten/ ellerspørgsmål? »Man skal lade være med at spise kød, men man skal ikke føle, at den første overtrædelse er enden på projektet.

Når folk siger, at de har været **vegetarer** i fem år, så spørger jeg, hvorfor holdt du op? Jeg kom til at spise en burger, og så var jeg ikke **vegetar** mere, men hvad så? Mange folk vil gerne prøve det, men det er jo ikke verdens ende, fordi man ikke gennemfører det.

Jeg har sagt helt nej til det, for det er min impuls, men det behøver alle ikke at gøre. Det tog mig 20 år at komme hertil, så hvis man kan finde en balance mellem væmmelse og virkelighed, er det bedre. Man må finde strategier, som man kan leve med.« Vidne til mishandlinger Jonathan Safran Foer har brugt tre år på research til bogen. Han har samlet oplysninger og data, men også været rundt og se den måde, som man i dag slagter dyr på i fødevareindustrien, han er brudt ind i en kalkunfarm om natten og har vadet rundt i sårede og døde kalkununger, og han har været vidne til mishandlinger og miljøudslip, men det mest rystende har for ham været den måde, det er sat i system på.

»Det er jo gigantisk. Jeg var inde i bare en af de kalkunhaller, men der er 30 på farmen, og hver har 30.000 fugle og 5 pct. døde, som man bare kalkulerer med.

Maden er fuld af antibiotika, og en stor del af kødet vil være fyldt med salmonella og andre bakterier, når de bliver slagtet.

Det største fjerkræfirma i USA har 7.000 overtrædelser af vandmiljøloven på et år. Det er ikke noget, der sker ved et uheld, det er noget, de gør med vilje. Det er en forretningsmodel.

De ved, at de opfostrer dyr til at blive syge. Vi laver 50 mia. dyr i USA om året, som bliver slagtet, og man forsøger nu at presse denne forretningsmodel meget aggressivt ned over markederne i Kina og Indien, og det er det, der chokerede mig mest. Omfanget og aggressiviteten - ingen industri har udviklet sig voldsommere end industrilandbruget.

« Hvis vi ikke skal spise masseproduceret kød, skal vi til at betale for varer, der koster meget mere.

Det er der folk, der ikke har råd til. Er det ikke et eliteprojekt, du har gang i? »Folk, som har råd, kan gøre det, men de skal ikke tage folk, som ikke har råd, som gidsler for deres egen modstand.

Det er et problem, at nogle ikke har råd, men det får ikke os andre af krogen.

Så må de blive de sidste folk, der forandrer sig.

Det sørgelige er at se, hvordan industrilandbruget og fastfoodkæderne er gået efter de folk og har skabt situationer, hvor de ikke har et alternativ. I USA har vi noget vi kalder "urban food deserts", hvor du ikke kan få rigtig mad, så du er tvunget til at spise fastfood.

« Et andet argument er også, at der slet ikke vil være økologisk kød nok? »Der vil ikke være kød nok, men der vil være mad nok.

Vi skal ikke spise mindre, vi skal bare spise mindre kød, og det er alle enige om i dag.

Alle ved, at det ikke kan blive ved, selv landbruget.

Vi spiser alt for meget protein. Amerikanere spiser dobbelt så meget dyreprotein som europæerne, der får 40 pct. mere, end de har brug for, og det er ikke godt for vores kroppe.« Hvordan skal man få folk til at spise mindre kød? »At holde op er lettere, end man tror. Det vil ikke føles som noget, man mister, det er min erfaring. Og jeg var én, der virkelig elskede kød.

Det kræver en holdningsændring.

Ingen mennesker synes, det er rart at få at vide, at de skal begrænse sig, men sådan er virkeligheden, og der er ingen måde at omgå den på.

Så i stedet for at se det som et stort tab og tænke, at man aldrig kommer til at nyde livet igen, så har jeg tænkt, at jeg ikke skal spise mindre, jeg skal spise bedre, jeg kommer til at nyde det, jeg spiser mere, og jeg kommer til at opleve nye ting.

Det var min erfaring, da jeg holdt op med at spise kød, at jeg åbnede mig for mange andre slags mad. Og det er et plus. Man må ændre vaner, og det er en hård ting at gøre, men man får noget ud af det.« Kan du forstå, at der er folk, som synes, at det her er for småt sammenlignet med lidelserne i Haiti, eller at de måske har så meget andet at bekymre sig om, at de ville dø af bekymring, hvis de skal gå ind på din tankegang? »Jamen, vi skal da bekymre os om det hele, og det magter vi ikke altid, og det kan være, vi så er hykleriske og inkonsekvente, men det får os ikke af krogen. Folk er så vant til ikke at engagere sig og tage ansvar.

Vi tænker på færre ting end nogen generation før os. Og vi betaler prisen for det. Vi tænker ikke over, hvad det vil sige at have alt, hvad vi vil have, hele tiden.

Vi må væk fra hele den absolutte tankegang og i stedet for at begynde med det mest ekstreme og tænke, at nu må jeg ikke slå fluer ihjel i mit hus, så begynde i det små.

Hvis mad ikke er et oplagt sted at begynde, hvad er så? Vi kunne leve i en verden, hvor der er flere vegetariske tilbud end kødtilbud, hvor det vegetariske og bæredygtige var normen, uden at det ville skabe problemer for os, og det vil være en bedre verden.« Det lyder så enkelt så det kan være svært at tro.

»Det kræver et konceptuelt skift, men vi kan gøre det.

Vi behandlede kvinder som andenrangsborgere indtil for nylig. Hvad troede folk ikke, der ville ske, hvis kvinderne ikke var der til at tage sig af børnene og gå på indkøb? Det gik faktisk, og det er et radikalt skifte. Vi er i stand til at ændre systemer, og når vi har gjort det, ser vi som regel tilbage og spørger os selv, hvordan vi nogensinde kunne leve med det, som det var.«.

jesper.stein@jp.dk

»Vi kunne leve i en verden, hvor der er flere vegetariske tilbud end kødtilbud, hvor det vegetariske og bæredygtige var normen, uden at det ville skabe problemer for os, og det vil være en bedre verden.« Jonathan Safran Foer, amerikansk forfatter.

Fakta: BLÅ BOG: Jonathan Safran Foer

Født i 1977, amerikansk forfatter.

Foer, hvis mentor har været Joyce Carol Oates, og som vedkender sig indflydelse fra David Grossman, Philip Roth og Saul Bellow, brød anmelderrost og prisvindende igennem i 2002 med sin første roman "Alt bliver oplyst".

Det er en historie baseret på forfatterens egen rejse til Ukraine i 1999 for at opsøge den kvinde, som efter sigende reddede hans jødiske bedstefar fra nazisternes etniske udrensninger i 1942.

Som et akkompagnement til forfatterens resultatløse tur dukker den fiktion, der kunne have været den rigtige historie, op.

Et andet og nyere traume behandles i romanen "Ekstremt højt og utrolig tæt på", hvor den 9-årige Oskar Schell forsøger at komme overens med bevidstheden om tabet af sin far ved katastrofen den 11. september 2001.

Foer, der er gift med forfatteren Nicole Krauss, skrev også librettoen til operaen "Seven Attempted Escapes from Silence", der havde premiere i Berlin i 2005.

»Det er slut med nonfiction for mit vedkommende,« siger nu han efter "Om at spise dyr", som udkom sidste efterår i USA.

Han er i gang med at skrive to romaner.

- I USA kaldte en næsten enstemmig anmelderskare Jonathan Safran Foers nyeste udgivelse en bog, der betyder, at man aldrig spiser en fabrikskylling igen. Foto: Uffe

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

2. januar 2010, Jyllands-Posten, Sektion 2 (Puls), Side 4, Jamie Oliver..., 531 ord, Id: e1d40baa

Jamie: Det er den klassiske porre/ kartoffelsuppe, der inspirerede mig til denne tærte. Jeg har justeret grundopskriften lidt og tilsat ost, så fyldet er blevet cremet og lækkert. Det vil både **vegetarer** og kødspisere synes om. Et stykke tærte og en portion god salat er dejligt til frokost, men kan også gøre det ud for en herlig middagsret.



6-8 personer Forberedelsestid: 30 min.

Tilberedningstid: 25 min.

Kalorieindhold pr. portion (ved 8 personer): 707 Fedtindhold pr. portion (ved 8 personer): 57 g Lidt hvedemel 500 g mørdej Et par klatter smør 3 skyllede, rensede porrer Olivenolie 1 pillet, fint snittet fed hvidløg Bladene fra nogle få kviste frisk timian (gem to kviste med blade til pynt) Havsalt og friskkværnet sort peber 5 dl cremefraiche 150 g revet cheddarost 3 store æg, helst frilands-eller økoæg 300 g kogte, velafdryppede, afkølede kartofler Forvarm ovnen til 180 grader. Drys mel ud på køkkenbordet eller f. eks. en bageplade. Drys også lidt mel på en kagerulle, og udrul dejen til ca. 1 cm's tykkelse. Tag en tærteform med løs bund (ca. 28 cm i diameter), smør den med lidt smør og læg dejen i. Skær overskydende dej af, prik tærtebunden med en gaffel, og lad den afkøle i køleskabet i en halv time. Tag den ud, læg smørrebrødspapir på dejen, og fyld ukogte ris i, så bunden ikke bobler op.

Bag den i 8 min.

Tag den ud af ovnen, fjern papiret, og gem risene til en anden gang. Skær de rensede porrer i stykker på ca. 2,5 cm, og skyl evt. jord af. Kom lidt olivenolie og en klat smør i en stor sauteerpande, og svits porrerne for svag varme i 10 min., indtil de er bløde, men ikke har taget farve. Skru op for varmen, tilsæt hvidløg, timianblade samt lidt salt og peber og rør alt grundigt sammen. Stil det til afkøling, og hæld det derefter ned i den forbagte tærtebund.

Tilbered resten af fyldet ved at blande cremefraiche, det meste af den revne ost, æg og lidt salt og peber. Hæld denne blanding over porrerne. Knus kartoflerne let med en gaffel, fordel dem på tærten og pres dem forsigtigt ned i fyldet. Drys resten af den revne ost over, pynt med to timiankviste, og dryp med lidt olivenolie. Bag tærten i 20-25 min., indtil den bobler og er blevet gylden. Server den sammen med grillet radicchiosalat (se opskrift på modsatte side).

Fakta: Ugens fif

Jeg kunne godt tænke mig at servere en vildtret. Hvad kan du foreslå? Hvad med en gang dejlig hjorteragout? Hjortekød er næringsrigt, fedtfattigt og velsmagende. Det kan fås i flere supermarkeder og slagterforretninger. Kniber det med at finde en opskrift på hjorteragout, kan man bruge en opskrift på okseragout.

Fakta: GRILLET RADICCHIOSALAT

6-8 personer Forberedelsestid: 10 min.

Tilberedningstid: 10 min.

Kalorieindhold pr. portion (ved 8 personer): 80 Fedtindhold pr. portion (ved 8 personer): 7,4 g 2 radicchiosalathoveder Balsamicoeddike af en god kvalitet Ekstra jomfruolivenolie Havsalt og friskkværnet sort peber 1 stor håndfuld ristede pinjekerner 1 stor håndfuld skyllet og tørret rucolasalat Et stort stykke parmesanost Varm en grillpande op for kraftig varme. Fjern yderbladene fra radicchiosalathovederne, del dem i kvarter, skyl dem, og grillsteg dem derefter omhyggeligt på alle sider.

Læg dem over i en stor skål og stil dem til afkøling.

Bland en del balsamicoeddike med tre gange så meget ekstra jomfruolivenolie, og krydr med salt og peber.

Del de grillstegte radicchiokvarter i mindre stykker og vend dem med dressing, pinjekerner og rucolasalat. Riv parmesanost ned over salaten, bland den og server den til porretærten.

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.



Tabbouleh med aubergine og safrandressing

20. august 2010, Jyllands-Posten, Sektion 2 (Puls), Side 18, FRA OPSKRIFTSBOG Jamie Olivers..., 473 ord, Id: e225503e

Jamie: Nyd sommeren, så længe den varer! Denne krydrede marokkanskinspirerede **vegetar-salat** kan sagtens indtages i det fri - enten på terrassen eller på en skovtur. Jeg må også anbefale den hjemmelavede myntete - giv den evt. et ekstra pift ved at tilsætte orangeblomstvand.*.

Henter billede...

6 personer Forberedelsestid: 15 min.

Tilberedningstid: 30 min.

Kalorieindhold pr. portion: 303 Fedtindhold: 18 g 2 auberginer Olivenolie Havsalt og friskkværnet sort peber 1 tsk. spidskommenfrø ½ spsk. grønne kardemommekapsler (frøene tages ud) 200 g bulgur Ekstra jomfruolivenolie 1 lille agurk 1 granatæble En stor håndfuld radiser Et stort bundt frisk bredbladet persille Et stort bundt frisk mynte Saften af en citron 1 spsk. tahin Et nip safran 2 spsk. yoghurt naturel Forvarm ovnen til 200 grader. Skær toppen af auberginerne og kasser den. Skær auberginerne i små stykker, vend dem i olivenolie og krydr med salt og peber. Knus spidskommenfrø og kardemommekapsler i en morter, drys krydderierne over auberginestykkerne og bland det hele godt. Bred auberginestykkerne ud i en stor bradepande og bag dem i en halv

time, indtil de er bløde og har taget lidt farve. Ryst bradepanden, når det halve af bagetiden er gået.

Kog bulguren i letsaltet vand ifølge anvisningen på pakken og lad den dryppe af. Rør et par spiseskefulde ekstra jomfruolivenolie i den kogte bulgur og stil den til afkøling. Hak agurken.

Tag kernerne ud af granatæblet og skær radiserne i så tynde skiver som muligt med en skrællekniv. Pluk bladene af persille- og myntekvistene, hak bladene og kassér kvistene.

Tag auberginestykkerne ud af ovnen, når de er bagt færdig, og stil dem til afkøling. Bland derefter alle ingredienser i en stor skål - auberginestykker, bulgur, agurk, granatæble, radiser, hakket persille og mynte og hovedparten af citronsaften.

Opløs safranen i en spiseskefuld kogende vand og bland den med tahin, yoghurt og lidt ekstra jomfruolivenolie, indtil konsistensen er tilpas. Tilsæt resten af citronsaften, smag til med salt og peber og servér dressingen i en kande, så gæsterne selv kan dryppe den over salaten.

* Fås i visse specialforretninger og netbutikker.

HJEMMELAVET MAROKKANSK MYNTETE

4 personer Forberedelsestid: 5 min.

Tilberedningstid: 0 Kcalorieindhold pr. portion: 20 Fedtindhold: 0 g 2 poser grøn te 2 tsk. orangeblomstvand (kan undværes) Bladene fra et stort bundt frisk mynte 4 tsk. sukker Læg teposerne i en kande, hæld en halv liter kogende vand over og lad teen trække i ca. 2 min.

Hvis teen skal piftes op med orangeblomstvand, tilsættes det nu. Fordel myntebladene i fire små teglas og hæld en teskefuld sukker i.

Knus blade og sukker forsigtigt med en ske. Hæld den grønne te i og rør rundt. Servér ekstra sukker til, hvis teen skal være lidt sødere.

Fakta: Betyder det noget, om jeg bruger olivenolie eller ekstra jomfruolivenolie?

Der er stor forskel på de to olivenolietyper - og det er i bund og grund et spørgsmål om kvalitet. Jeg har begge typer i mit køkken - almindelig olivenolie bruger jeg til stegning, og ekstra jomfruolivenolie bruger jeg til andre formål. Olivenolie mister en stor del af sin aroma, når den varmes op, så der er ingen grund til at bruge den gode olie til stegning.

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.



Lene Hanssons Hornbæk-idyl

30. maj 2010, Jyllands-Posten, Sektion 6 (Living), Side 10, PERNILLE GLAVIND OLSSON, STINE LARSEN (FOTO)...., 882 ord, Id: e208af17

Kosteksperten Lene Hansson tager både i sommerhus, når hun skal arbejde og slappe af. Stilheden, havluften og fuglekvidderen har en

god indvirkning.

Der er tændt masser af stearinlys, og duften af røgelse sniger sig rundt om hjørnerne i det 125 kvadratmeter store sommerhus i Hornbæk. Lene Hansson smider et par speltboller med hørfrø på brødristeren og laver en kande syre-basete, mens hun fortæller, hvordan sommerhuset fungerer som et refugium for hende - både når hun skal arbejde og slappe af.

Lene Hansson er bedst kendt som kostentusiasten, der selv via kost-og livsstilsomlægning er sluppet af med astma og allergi og en del overflødige kilo. Hun har skrevet 25 bøger om alt fra supper, salater og sultne mænd til juicekure og detox - og en del af de mange bøger er blevet skrevet i sommerhuset i selskab med fuglefløjt, havluft og masser af befriende stilhed.

Lene Hansson faldt for sommerhuset, fordi det lå tilpas tæt på København og derfor tillod hende at køre frem og tilbage for en weekend.

Noget af det første hun fik gjort ved huset - ud over at male gulve, vægge og lofter - var at få anlagt en træterrasse og et udekøkken på vestsiden af huset.

På den måde kunne hun dels sidde i skyggen under halvtaget og skrive med udsigt til de blomstrende rododendroner og dels eksperimentere med madlavningen under åben himmel.

Hvert forår bliver urtehaven sået til med de krydderurter, der ikke har overlevet vinteren.

Tarotkort og golf

Men selv om mad rigtignok er omdrejningspunktet på flere planer i Lene Hanssons liv, har hun også andre overraskende interesser. For eksempel er noget af det første, hun viser frem, en slags tarotkort fra England, som hun i perioder kan bruge lang tid på at lægge for sig selv eller veninderne.

»Jeg er meget interesseret i det spirituelle, og jeg tror på, at vi mennesker kan finde svar ad den vej også. For eksempel fortalte kortene mig 14 dage i træk, at jeg snart ville møde en mand, som dog lige skulle hjem fra en rejse først. Meget kort tid efter møder jeg min nuværende kæreste, som på det tidspunkt næsten lige er kommet hjem fra ferie,« fortæller Lene Hansson, som desuden har kastet sig ud i at lære at spille golf for nyligt - en sport, der skal lære hende at koble helt af.

Ikke for fin på den Indretningen i huset er klassisk sommerhusagtig, og det er helt bevidst fra Lene Hanssons side.

»Den gennemgående lyseblå farve er inspireret af havet, mens alle de lyse nuancer på møblerne minder mig om sandet på stranden. Samtidig har jeg forsøgt at bløde de lidt kolde nuancer op med nogle varme strejf af pink,« siger hun.

Stort set alle møblerne er fundet brugt i genbrugsforretninger eller til storskrald, og stemningen er bevidst afslappet og uhøjtidelig.

»Det gør ikke så meget, om man spilder på gulvet, og sådan skal det også være i et sommerhus. Jeg kan i virkeligheden ikke lide at være for fin på den. Samtidig er jeg meget praktisk anlagt og ville i princippet kunne sove, skrive og spise på to kvadratmeter.

Jeg tror, det kommer sig af, at jeg har arbejdet som stewardesse i seks år,« fortæller Lene Hansson, der kalder sig en overlever.

»Jeg kan få meget ud af lidt - både i et køkken, men også i indretningen. Alle kan købe sig til flotte designermøbler, men jeg synes, det er sjovere at udfordre sig selv lidt og skabe noget, der har en personlig krølle på. For eksempel købte jeg skamlen i køkkenet for en slik, fordi den var i en hæsleg farve. Og efter jeg har malet den lyseblå, spørger alle, hvor jeg har fået fingre i den. Sådan noget er da sjovt.«.

Ned i gear

Lene Hansson har siden hun købte sommerhuset for syv år siden tilbragt rigtig mange weekender i Hornbæk. Det er også her, hun har investeret sine sparepenge i diverse projekter som udekøkken, isolering af udestue og indgangsparti.

»Sommerhuset er min redning efter en stresset uge - den befriende stilhed og den friske havluft gør, at jeg føler mig som født på ny, når jeg kører på arbejde mandag morgen efter en weekend heroppe,« siger Lene Hansson, der til hverdag bor sammen med sin søn Sebastian på 18 år i en lejlighed i Hellerup tæt på sønnens gymnasium.

Dét, at sommerhuset kun ligger en times kørsel fra byen og desuden rummer plads til overnattende gæster, betyder, at Lene Hansson tit får besøg.

»Vi har haft mange gode stunder i venners lag heroppe, og så er Hornbæk faktisk en skøn by med flere gode restauranter, hvis man skulle få lyst til at komme lidt ud i civilisationen,« siger Lene Hansson, der siden januar har sat sit arbejdsliv på standby i et års tid.

»Mit arbejde er min passion, og så kan det hurtigt komme til at sluge for meget tid og energi. Så nu har jeg besluttet at komme lidt ned i gear,« smiler hun.

pernille.glavind@jp.dk

Fakta: LENE HANSSON

46 år.

19 års erfaring i kostvejledning.

Står bag 25 kokebøger, har været med i tv-programmer som "Du er, hvad du spiser" og "Min fede familie". Er hyppig gæst i Go' morgen Danmark på TV2 og har netop udgivet dvd'en "Vejen til naturlig sundhed".

Driver et kostvejleder-og wellnesscenter i København, holder foredrag og samarbejder med Urtekram om en række økologiske produkter. Har tidligere arbejdet som stewardesse og haft eget spa-og wellnesscenter i Portugal.

- Lene Hansson ved spisebordet i stuen med udestuen i baggrunden.
- Billedet på hylden over bordet er malet af en fransk klient, som Lene behandlede, mens hun drev et spa-og wellnesscenter i Portugal. Skamlen er købt for en slik og siden malet lyseblå.
- Den lyseblå farve er gennemført hele vejen ud i badeværelset, hvor lyskæder pynter sammen med akvareller af muslingeskaller og søstjerner malet - for hyggens skyld - af Lene selv.
- Indretningen i stuen osler af svensk almestil med et strejf af fransk romantik.
- Lene Hansson holder af at lægge de tarotlignende kort, hun har fra England, når hun selv eller en veninde, skal blive klarere på fremtiden.
- Det rummelige køkken var oprindeligt opdelt i et mindre køkken og stuepigens værelse. Huset er fra 1938 og har ifølge naboen tilhørt en fætter til dronning Margrethe.
- Mere sommerhusromantisk soveværelse findes næppe. Den lyseblå farve er bevidst gennemgående for at minde om tætheden til havet.
- Røgelsespinde skaber en spirituel stemning i sommerhuset. Selv om Lene Hansson er **vegetar** og som 22-årig byttede sin 50.000 kroners pels med sin venindes cottoncoat, fordi hun er imod pelsdyrsavl, kunne hun ikke stå for disse rendyrskind, som pryder sofaen i udestuen. »For mig gør det en forskel om dyrets kød er blevet spist, som det er tilfældet med disse rendyr,« siger hun.
- For 10 år siden boede og drev Lene Hansson et økologisk wellnesscenter i Portugal. Dengang var hendes søn Sebastian otte år og ønskede sig brændende en hund.

Falesia valgte Sebastian og Lene og har siden været et kært medlem af familien.

- Takket være pejsten i stuen tager Lene også i sommerhus om vinteren.
- Haven er anlagt i japansk stil af de tidligere ejere med løv-og asketræer og 17 forskellige typer af rododendroner.
- Sommerhuset med det overdækkede indgangsparti, som Lene har fået bygget på, siden hun overtog huset for syv år siden.

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Butternutgræskarsuppe

5. november 2010, Jyllands-Posten, Sektion 8 (Viva), Side 44, 203 ord, Id: e246d1b7

Suppe 1 græskar, butternut 2 gule peberfrugter 4 modne tomater 6 fed hvidløg med skal 3 spsk olivenolie eller kokosolie ½ tsk chilipulver 1 tsk knuste korianderfrø 1 tsk garam masala 1/ spsk fintrevet ingefær fintrevet skal af 1 økologisk citron saft af ½ økologisk citron 5 dl grøntsagsbouillon 4 dl kokosmælk salt og peber Croutoner 20 g smør ½ tsk karry 6 skiver daggammelt brød 2 spsk græskarkerner Tilbehør Groft brød Fremgangsmåde Halvér græskar og peberfrugter. Læg dem på bageplade m. bagepapir.

Henter billede...

Bag peberfrugterne midt i ovnen på 220 grader i 12 min og græskarrene i 30.

Læg hvidløg m. skal og tomat til græskarrene og giv dem ca. 10 min. ekstra.

Varm olien, pil den sorte skal af peberfrugterne, skær kødet i grove tern, og kom det i gryden.

Skrab græskarkødet i gryden + pillede hvidløg, pillede tomater, chili, korianderfrø, garam masala, ingefær, citronskal og saft. Hæld bouillon ved, og kog ca. 5 min. Tilsæt kokosmælk, bring i kog. Blend suppen, og smag til.

Bland smør og karry, og smør brødskiver med det på begge sider og skær i tern. Kom det i ovnen på bageplade m. papir i ca. 6 min.

Rist græskarkerner, til de popper på panden, og servér suppen med groft brød.

- Opskriften er fra den nyligt udgivne "Vidunderlig **vegetar**" fra Gyldendal af Susanne Engelstoft Rasmussen

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne

overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

MORGENAVISEN
Jyllands-Posten

MENNESKER

24. januar 2010, Jyllands-Posten, Sektion 2 (Indblik), Side 18, MIA QVIST ANDERSEN,..., 365 ord, Id: e1db1445

Han er bl. a. kendt som den mislykkede tryllekunstner Mr. Poxycat, den entusiastiske Spar-kunde i reklamerne og som Lille Kurt i DR1's "Livvagterne". Men sidste fredag gik det galt for skuespilleren Rasmus Bjerg. Under en våd bytur overfaldt han angiveligt en bartender på værtshuset Grotten på Sønder Boulevard i København.

Selv kan han ikke huske, hvad der skete, men bartenderen har siden anmeldt ham for vold. Ifølge Rasmus Bjergs agent kan voldsraseriet skyldes, at skuespilleren i de seneste år har været konstant presset og stresset. Rasmus Bjerg har besluttet sig for at gå i behandling hos en psykolog, og han har erkendt, at han ikke kan tåle at drikke så meget alkohol, skriver



Ekstra Bladet. Politiet undersøger lige nu sagen, men der er ifølge efterforskningslederen forskellige udlægninger af episoden.

Ødelæggelserne efter jordskælv på Haiti har været enorme, og derfor har en række kendte danske kunstnere nu besluttet sig for at indspille en sang til støtte for de mange ofre i Haiti. Det er sangerinden Sys Bjerre, der har skrevet teksten, mens Søren Mikkelsen har komponeret melodien til sangen "Skrøbeligt Fundament", skriver TV2.

Foreløbig har musikere som Isam B, Julie Berthelsen, Thomas Buttenschøn, Infernal, Karen, Rasmus Nøhr, Medina og Rasmus Seebach meldt sig på banen. Alle indtægterne fra salget går ubeskåret til Læger Uden Grænser, Folkekirkens Nødhjælp, Unicef og Red Barnet, og sangen kan høres i radioen fra mandag.

Søndag aften var alle de store Hollywoodstjerner mødt op til årets fornemme Golden Globe-uddeling. Og her havde sir Paul McCartney sørget for en lille gave til alle gæsterne. Han havde sponsoreret dvd'en "Glass Walls" fra dyreværnsorganisationen PETA, som pænt lå i gaveposerne til showets gæster.

Paul McCartney er selv fortæller på filmen, og formålet med gaven var at få stjernerne til at stoppe med at spise kød, skriver TV2. Eks-beatlen har selv været **vegetar** i mange år, og han udtalte følgende om gaven: »Jeg har ofte sagt, at alle ville blive **vegetarer**, hvis slagterier havde glasvægge.

De dyr, der kommer fra de fabrikslignende moderne kvægbrug og aflives på slagterier, udsættes for lidelser, man næsten ikke kan forestille sig.« Om gæsterne blev glade for dvd'en melder historien dog intet om.

mia.Q.andersen@jp.dk

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.



Dyret skal ikke dø, slet ikke på vores tallerken

20. august 2010, Jyllands-Posten, Sektion 2 (Puls), Side 2, JESPER STEIN LARSEN..., 486 ord, Id: e2255191

Det skal være bæredygtigt, økologisk og sundt. Den grønne bølge er over os i bøger og film, men mest af alt på middagsbordene, på restauranten og ved kølediskene i supermarkedet.

Henter billede...

Da moderne amerikansk litteraturs wonderkid, Jonathan Safran Foer, i januar besøgte Danmark, stod aviser og tvstationer i kø for at interviewe ham. Ikke om en ny roman, men om hans nye grønne bæredygtige budskab, som det kommer til udtryk i bogen "Om at spise dyr".

I USA, hvor den er en bestseller, kalder de den "Bogen, du ikke kan læse uden at blive **vegetar**".

Så slemt er det nu ikke gået for undertegnede, men Safran Foer gjorde indtryk på samme måde, som han gjorde på samtlige af de danske anmeldere. På 400 sider leverer han et personligt og nuanceret opgør med vores forbrug af kød og i særdeleshed de forhold, som kød i dag produceres under i det amerikanske industrilandbrug.

Farvel til kyllerylle

Vist er forholdene i den danske fødevarerproduktion ikke så slemme som i USA, men man behøver kun kaste et blik på de enorme mængder vandinfuseret kyllingebryst, som supermarkederne hver eneste dag faldbyder, for at gætte sig til, at det ikke stammer fra en kyllerylle, der har spankuleret om i det fri, men fra et industrikræ, der lever livet på så lidt plads som muligt i en stor hal under forhold, de fleste af os ikke har lyst til at vide mere om.

Fyrtårn i en trend

Når Jonathan Safran Foer er interessant her, er det, fordi han ikke er en rabiat dyreaktivist eller en hellig biodynamiker og **vegetar**. Han er repræsentant for en trend, som findes mange steder i de vestlige samfund i dag og som fokuserer på bæredygtighed, dyrevelfærd og økologi.

Og han er ikke den eneste kunstner eller journalist, som har rettet fokus mod produktionen af mad og den betydning, industrilandbruget har for vores sundhed i dag.

Dokumentarfilmen "Food Inc.", som har vundet priser kloden over, er et frontalopgør med den måde, vi producerer fødevarer på i dag, og den afliver endegyldigt myten om den glade landmand og naturens spisekammer og viser et holocaust af genmanipulerede kyllinger og kvæg, som står eller ligger i deres egen afføring, og som er smaskfulde af coli- og andre bakterier.

Andre eksempler er Eric Schlossers bestseller "Fastfoodnation" og filmen "Super Size Me", som begge behandlede fastfoodkulturen.

Men hvad betyder kritikken fra nogle amerikanske intellektuelle?.

Ringe i vandet

Intet, hvis den stod alene, men det gør den ikke, for forbrugernes bevidsthed om økologi, dyrevelfærd og bæredygtighed er stigende, og det giver sig udslag i supermarkedernes udvalg, på restauranter og hos de uafhængige producenter af økologiske varer.

Hvor der før var et udvalg på 30-50 økologiske basisvarer, har adskillige supermarkedskæder i dag et næsten fuldt udbud af alt andet end økologiske kød. Og ve den restaurant med respekt for sig selv og kunderne, som ikke har en grøn menu i dag. Økologiske vine er at finde på alle vinkort, og det nordiske køkken og dets fokus på bæredygtighed i form af lokale råvarer - med Noma som frontløber - går i dag sin sejrsgang over hele kloden.

jesper.stein@jp.dk

- Forfatteren Jonathan Safran Foers nye bog handler om, hvordan dyr behandles i fødevareindustrien. Foto: Uffe Frandsen

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Det er ikke sjovt altid at spise det samme. Vores børn skal være glade for mad. Glæden ved mad hænger uløseligt sammen med variation og valgmuligheder.

Derfor er det en dårlig idé, at nogle institutioner i Århus har taget svinekød af menuen. Et generelt fravalg af svinekød fra en børnehaves frokostudbud, fordi enkelte børn ikke må spise maden af religiøse årsager, giver ikke mening.

Ligesom det heller ikke giver mening, at alle børn i en institution skal spise vegetarisk, hvis der i børneflokkene er et par **vegetarer**.

Eller at alle skal have glutenfri diæt, fordi der er et barn med glutenintolerans. Der skal naturligvis tages hensyn til de med særlige behov, men særkost skal ikke være standard.

De børn, som holder af f. eks.

hamburgerryg, frikadeller og leverpostej, får frataget muligheden for at få serveret nogle madvarer, som de kender og holder af.

Det kan i forvejen være en udfordring at sikre børn i institutioner en sund og nærende kost, fordi børn ofte er kræsne.

Derfor bør der være mulighed for at variere sammensætningen af kosten mest muligt.

En god madordning handler om at sikre, at børnene kan vælge, og at valgmulighederne er sunde. Der skal tages hensyn til alle børn, og det gøres bedst ved at tilbyde sund, varieret og alsidig kost. Ikke ved at bandlyse hverken frikadeller eller falafel.



Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.



En erfaren aktivist

18. december 2009, Jyllands-Posten, Sektion 1, Side 11 (Indland), CARSTEN ELLEGAARD ASGER WESTH..., 276 ord, Id: e1d0a79b

Den 28-årige Tannie Nyboe fra Climate Justice Action har tidligere været anholdt som Greenpeaceaktivist.

Henter billede...

Smilende, veltalende og politisk bevidst. Sådan har Tannie Nyboe optrådt på pressemøder og i tv som en af aktivistnetværket Climate Justice Actions danske talsmænd. I dag sidder hun fængslet og løslades tidligst lillejuleaften.

Tannie Nyboe er studerende på Roskilde Universitet, **vegetar**, bor i kollektiv og gik for alvor ind i klimaog miljøkampen i 2002 som aktivist i Greenpeace. I september 2006 blev hun anholdt af politiet i Estland sammen med en gruppe andre miljøaktivister, der forsøgte at forhindre et kemikalietankskib i at forlade en havn.

Kravlede op i skorsten

I fjor kravlede hun og andre Greenpeace-aktivister op i Avedøreværkets 150 m høje skorsten for at protestere mod Dong Energys planer om at fyre med kul på værket, og tidligere i år var Tannie Nyboe talsmand for "Shut It Down" - en aktion, hvor ca. 1.000

aktivister den 26. september forsøgte at lukke Amagerværket i København i protest mod brugen af kul. Ca. 150 personer blev anholdt.

Tannie Nyboe er fortaler for konfrontative civile ulydighedsaktioner, men tager afstand fra vold.

Politiet har siden oktober aflyttet hendes telefon. Aflytningerne afslører, at hun var rasende over, at CJA blev sat i forbindelse med den såkaldt Sorte Blok, der menes at stå bag urolighederne mandag aften, da der blev sat ild i barrikader ved Christiania og kastet molotovcocktails mod politiet.

Af politiets aflytninger fremgår det også, at hun var bekymret for at blive anholdt, hvis hun dukkede op til det sidste planlægningsmøde aftenen før "Reclaim Power"-aktionen onsdag ved Bella Center. Her var de 3.000 aktivisters mål at trænge ind på FN-området.

Tannie Nyboe blev anholdt på en højttalervogn under aktionen.

carsten.christensen@jp.dk asger.westh@jp.dk

- Tannie Nyboe, talskvinde for Climate Justice Action, blev i går varetægtsfængslet frem til den 23. december. Foto: Niels Hougaard

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Thomas Kock fra Meyers Madhus

26. november 2010, Jyllands-Posten, Sektion 8 (VIVA), Side 41, 303 ord, Id: e25015cb

Thomas Kock er kok og underviser i Meyers madhus, der laver kogekurser og meget andet.

Henter billede...

Han har i mange år arbejdet på klasserestauranten Petri Pumpa i Lund og hos Jan Hurtigkarl & Co. Han underviser i både **vegetar-og** dessertkurser i Madhusets faste program.

Når Thomas ikke er i køkkenet, har han sin faste plads på kontoret, hvor han bl. a.

med kyndig og hård hånd leder 'Meyers Husmoderservice'.

Thomas anbefaler en dejlig æblegløgg, der er et friskt, elegant alternativ til de traditionelle røde gløggtyper.

Æblegløgg

1 liter Lilleø koldpresset æblemost eller anden god æblemost 2 spsk. æbleeddike 4 nelliker 8 cm kanelbark 1 stykke frisk ingefær på størrelse med en tommelfingerne 75 g rørsukker 75 g hakkede afskallede mandler 75 g rosiner 1,5 dl akvavit Riv ingefæren på den fine klinge. Bring æblemosten i kog med krydderierne, ingefæren og sukkeret, og lad det stå og trække en halv times tid.

Kog gløggen op igen. Tilsæt mandler og rosiner og tag gløgg til side til børnene. Tilsæt akvavit og smag evt. til med mere sukker og ingefær.

Server gløggen rygende varm med en sprød kanelsmåkage til.

Juleakvavitten giver gløggen en klar nordisk tone. Det samme gør de fleste andre brændevine. Alternativt kan du bruge calvados eller vodka. 1,5 dl alkohol giver en alkoholprocent på ca. 6 %. Hvis det ikke er hårdt nok, så hæld mere i.

Tips: Gløggen bliver kun bedre, hvis du lader det trække en dag eller to efter første opkog, altså uden alkohol. Så hvis du vil, kan du forberede det hele i god tid.

Når du laver æblegløgg eller rød gløgg, så vent med at komme de voksne spiritus i til allersidst, enten i en separat portion eller direkte i koppen -så kan børn og voksne drikke gløggen samtidit, og du undgår også at koge for meget alkohol væk!.

- Foto: Marc Fluri

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Teknologisk faste

27. februar 2010, Jyllands-Posten, Sektion 2 (Kultur), Side 3 (Kultur), ANDERS RAAHAUGE..., 311 ord, Id: e1e6f76d

Afkald på kød kan komme på mode i fastetiden igen. Nu blot ikke for at gøre bod i Herrens øjne, men for at tjene atmosfæren.

Henter billede...

Vi er i fasteperioden. Engang blev der fastet på kirkens bud for at gøre bod, men moderne mennesker føler bestemt ingen behov i den retning længere, så faste er gået af brug.

Men kødets spægelse kan nemt komme på mode igen, blot motivet bliver mere moderigtigt. Med tidsånden i ryggen foreslår britiske biskopper indførelsen af "teknologisk faste".

De opfordrer alle til at tage en kold tyrker med tv, mobiltelefon og iPod. Hvis man kan klare det. Blot for en dag. Længere kan man ikke forvente, at moderne mennesker skal plage sig selv.

Lykkes afkaldet i 24 timer, kan man måske trappe op og holde en teknologi-fri dag om måneden, foreslår initiativtagerne.

Mindre CO2-udledning

Man får ro til fordybelse, når man lægger de elektroniske distraktioner på hylden. Biskoppen af Oxford, James Jones, udtaler til Daily Telegraph, at han vil kæmpe for ikke at bruge sin blackberry i fastetiden. Det er godt for vores spirituelle velbefindende at gear ned, siger han.

Men de kirkelige dignitarer sigter især på sænkelse af energiforbruget, og CO2 er temaet for den nye faste.

Organisationen Tearfund og kirkefolket har opstillet en hel liste med forslag til faste, der kan formindske CO2-udledningen. De håber, at man frem til den 3. april vil følge

forslagene, der også angår kødforbruget som i gamle dage, men nu af helt andre grunde.

Stearinlys og byttefester

Bliv **deltids-vegetar** og skær grønsagerne tyndere, så de skal koge kortere, lyder et bud. Skyl ikke ud efter hvert eneste toiletbesøg, lyder et andet. Spis ved stearinlysenes skær. Undgå skrappe accelerationer i bilen. Reparer tøj i stedet for at kassere.

Arranger byttefester med vennerne for tøj, dvd'er, cd'er, smykker og tasker. Og tag toget i stedet for at flyve, hvor det er muligt.

Church of England bakker op om den nymoderne faste, ligesom flere videnskabsmænd har givet deres støtte.

Mere på www.tearfund.org.

anders.raahauge@jp.dk

- Britiske biskopper foreslår, at man som et forsøg giver afkald på indtagelse af teknologisk føde fra tv, mobiltelefoner og computere i 24 timer. Foto: Russel A. Daniels/ AP

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.



Det var koldt og stressende

15. december 2009, Jyllands-Posten, Sektion 1, Side 7, ASGER WESTH..., 625 ord, Id: e1cf3c88

Den 25-årige Jesper Husted skulle i lørdags have været til familiefest og til koncert med sin kæreste. I stedet havnede han i politiets klimafængsel i Valby.

Henter billede...

En planlagt familiekomsammen og efterfølgende koncert på spillestedet Loppen tog i lørdags en dramatisk drejning for den 25-årige Jesper Husted.

Han deltog ifølge sit eget udsagn ikke i den store klimademonstration, men havde stillet sin cykel på Christianshavn Torv for hurtigt at kunne komme frem mellem de mange mennesker og ud til sin kæreste på Engvej ved Amager Strandpark.

»Jeg gik på fortovet, da politiet pludselig slog til mod en gruppe sortklædte aktivister,« siger han.

Hvordan vil du bevise, at du var der helt tilfældigt?

»Min kæreste kan bekræfte, at jeg var på vej ud til hende.

« Jesper Husted blev presset ned ad Markmandsgade, der var spærret i begge ender af politiet.

»Jeg blev stående stille og roligt med en kop kaffe og hænderne i vejret, da politiet jagtede folk ned ad gaden, da jeg intet havde med tingene at gøre,« siger han.

Jesper Husted fik som alle andre besked på at sætte sig ned.

»Jeg spurgte pænt en betjent, hvad der skete, og fortalte, at jeg var på vej ud til min kæreste. Men der var ikke respons,« siger han.

En halv liter vand til 15 Jesper Husted tilbragte ca.

en time i Markmandsgade, før han blev lagt i strips og kort efter ført ind i en politibus og kørt til klimafængslet i Valby.

»Jeg fik ikke at vide, at jeg var anholdt eller hvorfor. Da jeg klagede over, at mine strips strammede, og jeg ikke kunne mærke mine fingre, fik jeg at vide, at de ville blive løsnet i bussen. Det skete ikke,« siger han.

Ved ankomsten til klimafængslet ventede Jesper Husted en time i bussen, før han blev ført ind og blev registreret.

Ved skranken fik han klippet sine strips af og fotograferet.

Han blev bedt om at lægge sit bælte, overtøj, sko, cigaretter og lighter i en hvid plastickasse, som han selv bar hen og satte uden for det bur, som han skulle sidde i.

Ballade i burene

»Da jeg kom ind i strømper, bukser og T-shirt, var der 12 personer i buret. Det blev hurtigt til 15, og der var kun tre bænke og to liggeunderlag,« siger Jesper Husted.

»Jeg spurgte om vand seks gange, før en betjent gav os en halv liter til deling. Jeg blev ved med at spørge efter vand, men der gik flere timer, før vi fik en halv liter mere til deling mellem 15 mennesker.« Larmen fra de anholdte i klimafængslet var så voldsom, at betjentene gik rundt med høreværn.

»Folk råbte kampråb på forskellige sprog. I et bur blev døren sparket op indefra, og der var ved at gå panik i betjentene. Bænkene i burene sad fast med strips, men folk begyndte at rive dem løs og bruge dem som rambukke,« siger Jesper Husted.

»På et tidspunkt blev der kastet vand på politiet fra et bur, og en kvindelig betjent sprøjtede peberspray ind i vores bur, hvor jeg stod helt roligt i den bagerste ende.

Der blev også sprøjtet peberspray ind i andre bure. Det var jeg ret utryg ved.« Ingen mad til **vegetarer** For at dæmpe gemytterne tog politiet hunde med ind i klimafængslet. Det fik de anholdte aktivister til at larme endnu mere, og der udbrød jubel, da en betjent blev bidt i låret.

Efter flere timer serverede politiet sandwich fra Norwegian Airlines. En med kalkun og ost og en med spegepølse og mayonnaise. Jesper Husted er **vegetar** og fik ingen mad, selv om han spurgte om det.

Han blev løsladt kl. 23.30 lørdag aften efter syv og en halv time i politiets varetægt og har sendt en klage over uberettiget anholdelse til Københavns Politi.

»Det var en meget kold og stressende oplevelse. Man føler sig som et dyr, der ikke er noget værd,« siger Jesper Husted.

asger.westh@jp.dk

- Jesper Husted tilbage i Markmandsgade, hvor han i lørdags havnede midt i politiets masseanholdelse på vej ud til sin kæreste på Amager. Foto: Uffe Frandsen

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Værelser med udsigt

4. juli 2010, Jyllands-Posten, Sektion 6 (Living), Side 18, PERNILLE GLAVIND OLSSON,..., 705 ord, Id: e215d54b

Inga Thomas går ikke på kompromis. Hverken med sine håndsede skokreationer eller med sin indretning. Den internationalt anerkendte Hamborg-designer bor på blot 60 kvadratmeter med udsigt over byens skyline.

Henter billede...

HAMBORG Inga Thomas er **vegetar**, lider af klaustrofobi og hader overskabe. Hun er uddannet skodesigner i Milano og London og har ikke meget til overs for tysk design.

Hun arbejder med at designe og sy sko i sin butik i Marktstrasse, der ligger 10 minutter fra hjemmet - begge dele placeret i et af Hamborgs mest eftertragtede kvarterer, Karolinenviertel.

Inga Thomas designer eksklusive sko, der har internationalt ry for at være små arkitektoniske underværker på høje hæle.

Samtidig er hun kendt for ikke at gå på kompromis med dyrevelfærd, hvorfor hun konsekvent har undgået dyreskind i sit skodesign og i stedet udviklet egnede materialer i bomuld samt et fake læder-materiale, som er åndbart ligesom skind.

»Jeg har været **vegetar** i 16 år og har fra starten af min karriere haft en drøm om at vise skoindustrien, at det er muligt at skabe sko af høj kvalitet uden brug af dyreskind,« fortæller hun.

Rigtige rum Inga Thomas slog sig ned i Hamborg i 1988.

»Dengang stod Muren endnu, og da jeg lider af klaustrofobi, var Berlin udelukket.

Hamborg derimod har en nordisk ånd, byen ligger kun 1 ½ time fra vandet, og lyset her er anderledes. Folk i Hamborg er også mere venlige og direkte i deres kommunikation, hvilket tiltalte mig.« Inga Thomas har haft egen skobutik og værksted i fem år, og selv om hendes private lejlighed kun ligger 10 minutter væk, tager det meget længere tid at

komme på arbejde, fordi hun møder så mange, hun kender på vejen, som hun lige skal sludre med.

Lejligheden i Sankt Pauli Nord, som Inga Thomas deler med kæresten og it-manden Carsten Wenske, er på kun 60 kvadratmeter, og hvert rum er malet i en ny farve, som Inga malende beskriver som paradisiske oceanblå, lys lavendel og elfenbensgul.

»Det er den første lejlighed, jeg har boet i, som har rigtige rum, så det er måske derfor, jeg har understreget det med farver,« siger Inga, som hidtil har boet i åbne, atelierlignende rum.

Typisk tysk Inga Thomas vil ikke beskrive sin egen stil som typisk tysk.

»For mig associerer tysk design noget med sofa-landskaber - bare ordet! Overfyldte stuer med masser af tæpper og tunge møbler i valnøddetræ. Og så tekstiler med masser af mønstre. Det er smart med mange mønstre, for så kan man ikke så godt se pletterne, og det er lige noget, som vi praktiske tyskere forstår,« griner Inga Thomas, der til gengæld holder meget af den tidløse modernitet, der prægede Bauhaus-skolen, som begyndte i mellemkrigstidens Tyskland.

»Der opstod en forståelse for at arbejde intelligent med lyset i arkitekturen og en fremherskende sans for detaljer og materialer, som er fantastisk inspirerende. Det var en tid, der på en gang var meget visionær og jordnær,« siger Inga Thomas, der har indrettet sin lejlighed på fjerde sal med kun det allermest nødvendige.

»Jeg køber ikke noget, hvis jeg ikke har brug for det. Jeg er ikke indretningstypen, der laver små opstillinger af nips i vindueskarmen.

Vinkasser som reol

Til gengæld hører der historier med til de fleste ting i den lille lejlighed. Bordet i dagligstuen med den tykke, skinnende kinalak, som Inga forelskede sig i på en kinesisk restaurant og fik lov at købe. De to antikke stole i læder, elfenben og træ, som ramte Inga som lynet, da hun fik øje på dem på et loppemarked og vidste, at de skulle stå i hendes køkken. Eller de mange gamle vinkasser, som hun har samlet sammen gennem sine år som bartender og tjener i restaurationsbranchen.

»Jeg manglede en reol og orkede ikke Ikea, og så stablede jeg vinkasserne oven på hinanden - det fungerer godt, og så passer de perfekt i formatet til mine mange Vogue-magasiner,« siger Inga Thomas, der tydeligvis elsker sin lejlighed, som hun hidtil har holdt for sig selv: »Mit hjem er meget privat i modsætning til butikken. Måske fordi jeg sidder udstillet og arbejder dagen lang, er det rart at have min egen lille rede, hvor jeg kan lukke døren og være helt mig selv,« smiler Inga Thomas, der igen skal af sted til butikken. Det er

blevet sommer i Hamborg, og det betyder mange bryllupper. For Inga er det lig med rigtig mange specialdesignede sko, der skal sys færdig.

pernille.glavind@jp.dk Jyllands-Postens udsendtemedarbejd

- En af Inga Thomas' håndsnyede sko.
- Den lyslilla stue får kontrast af det tunge spisebord, som Inga faldt for på en kinesisk restaurant. Stolene er belgiske og fra begyndelsen af 1900-tallet.
- Gamle vinkasser samlet igennem Inga Thomas' tid som bartender udgør bogreolen i stuen. Formatet passer desuden perfekt til de mange Vogue-magasiner.
- Inga Thomas har en aversion imod overskabe, hvorfor hun har indrettet køkkenet med et højt skab med glaslåger, som oprindeligt blev lavet til at udstille sko i butikken. Der er fuld udsigt over Hamborgs skyline fra altanen, der ligger i forlængelse af det lille køkken.
- Altanen er indrettet med masser af krydderurter, så den madglade designer kan sætte krydderi på vegetarretterne.
- Stuen, som Inga selv kalder "salonen", er møbleret med en stol fra 1920'ernes Bali og et dansk-designet chatol.
- Inga Thomas går hverken på kompromis med sit design, den mad, hun spiser, eller det, hun hænger op på væggene. »Jeg hader plakater og har kun såkaldt ægte kunst. Det er ikke, fordi jeg er snobbet, men fordi jeg elsker det ægte, det originale og det autentiske,« forklarer hun. Her ses linoleumstryk af en ukendt kunster.
- Inga Thomas' imponerende samling af lp'er i selskab med papirrullen fuld af håndtegnede kvindesilhuetter, tegnet af Inga Thomas' mor, da moren var 15 år. Rullen er 30 meter lang og fyldt med velklædte damer. Interessen for mode er gået i arv.
- Inga Thomas, 41 år, i sin butik i Marktstrasse. Foto: Melanie Dreysse
- En hyggelig, lokal stemning præger gademiljøet i Inga Thomas' kvarter i Karolinenviertel. Foto: Mediaserver. hamburg.de/ J. Klauss
- Sko designet og håndsnyet af Inga Thomas.

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal

slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

MORGENAVISEN
Jyllands-Posten

Debat: HJØRNE SPARKET

📅 21. december 2009, Jyllands-Posten, Sektion 1, Side 18 (Debat), 378 ord, Id: e1d18d53

Klimatopmødet i København har efter sigende fået et for Zimbabwes danske ambassadør uheldigt efterspil. Han er øjeblikkelig kaldt hjem til Zimbabwe, hvorfra anonyme kilder meddeler, at han hænger på præsidentpaladsets sydmur med hovedet nedad. Han brøde er, at han har gjort sin chef, præsident Robert Mugabe, til grin over det meste af Afrika.

Henter billede...

Med udsigten til at få den danske regent, Hendes Majestæt Dronning Margrethe II af Danmark til bords ved festmiddagen torsdag aften i sidste uge havde Mugabe fået det absolut klare indtryk, at han i lighed med sin nu afdøde kollega Nicolae Ceausescu af ville blive slået til ridder af den danske Elefantorden.

»Hvorfor skulle jeg ellers overhovedet være rejst til Danmark,« skal Mugabe have råbt til sin stab af rygklappere.

Af uransagelige årsager havde hoffet valgt at justere etiketten, så dronningen i stedet fik FN's generalsekretær, Ban ki-Moon på den ene side og Mexicos præsident Felipe Calderón Hinojosa på den anden.

Bordplanen har også affødt diplomatiske protester fra den iranske præsident Ahmadinejad, assisterende præsident Al Nafifra Sudan, vicepræsident Hernández fra Cuba, præsident Karimov fra Usbekistan, præsident Aziz fra Den Islamiske Republik Mauretanien, premierminister Zenawi fra Etiopien og præsident Bozizé fra Den Centralafrikanske Republik.

De har hver især gennem deres ambassader gjort gældende, at de gennem udryddelser af mennesker har medvirket til nedbringelsen af menneskeskabte drivhusgasser.

»Jo flere mennesker vi får slået ihjel, desto mindre menneskeskabt udledning af drivhusgasser vil der være,« skal en af excellencerne have anført som begrundelse for at kunne gøre krav på den danske orden.

Ved hoffet har det være under overvejelse at tildele dem alle en elefantorden hver, men da det måtte forudses, at rækkefølgen i sig selv kunne blive et problem for plejen af diktatorernes egoer har hoffet i stedet valgt slet ikke at uddele ordener ved denne lejlighed.

Den ydmygelse, som diktatorerne hermed er udsat for, overgås kun af den ydmygelse, som den 25-årige danske aktivist Jesper Husted måtte tåle i forbindelse med hele to anholdelser. I Jyllands-Posten klagede han sin nød og i Ekstra Bladet i fredags gentog han sin lammende anklage mod det brutale danske politi: Som **vegetar** havde han måttet tåle den turturlignende forsmædelse af politiet af få tilbudt en sandwich med kalkun og spegepølse.

Således åbenbarer sig den ultimative brutalitet i en politistat.

Nemo.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

MORGENAVISEN
Jyllands-Posten

Debat: Opråb fra en trist kødspiser

19. august 2010, Jyllands-Posten, Sektion 1, Side 24 (Debat), Rikke Klit Jensen Tølløsevej 34, Brønshøj..., 460 ord, Id: e224edb8

Vi forbrugere skal kæmpe os igennem supermarkedet med verden på vores skuldre.

Henter billede...

Vi skal navigere i et virvar af mærkninger om økologi og fair trade, og vi skal gøre det med tanke på børnearbejde, fattige bønder osv.

Jeg kan selv blive helt træt - men vi har et ansvar, og vi er nødt til at handle derefter. Jeg har lige læst bogen "Om at spise dyr" af Jonathan Safran Foer.

Jeg kan varmt anbefale den, selvom den vist kan gøre de fleste til **vegetar**.

Jeg er ikke fanatiker, og jeg er ikke principielt imod at spise dyr. Men jeg kan ikke nyde et stykke kød, hvis jeg ved, at dette dyr har levet et pinagtigt og usselt liv for at tilfredsstille min kødtrang.

Størsteparten af det danske landbrug bliver drevet som benhård industri uden tanke for dyrevelfærd.

Undskyld

Jeg har selv for nylig i forbindelse med en familiesammenkomst besøgt en svinefarm, som nok hverken er værre eller bedre end gennemsnittet.

Klædt i kedeldragter med hætte lignede vi mere en flok på rundtur i Tjernobyl end gæster på bondegårdstur. Det var et trist syn, som mødte os. Det eneste jeg kunne tænke, da vi gik op og ned ad gangene, var »undskyld«. Gravide søer stod på rad og række i minimale båse uden mulighed for at bevæge sig.

Søer, som har født i lige så smalle båse, og som kun med møje og besvær kan kante sig ned på siden for at give mælk til smågrisene.

Jeg så flere døde grise, også døende. Smågrise, som jeg formoder er blevet mast af moderen, fordi hun under disse forhold har ringe mulighed for at drage omsorg for sine unger og undgå at lægge sig på dem.

Alle disse grise vil aldrig se himlen - aldrig opleve den friske luft, fornemmelsen af at rode i jorden eller at bevæge sig frit omkring. De lever og dør på en fabrik.

Når forskning viser, at grise er mindst lige så intelligente som hunde, så forestil dig hunde holdt under disse forhold.

Ejeren ville uden tvivl blive meldt for dyremishandling af værste slags, men på en eller anden måde er det anderledes med grise. Hvorfor? Fordi de ikke har pels? Når du står ved køledisken og skal vælge dit kød, så husk, at du blåstempler og støtter disse industrilandbrug, hvis du køber deres produkter.

Der er produkter på markedet fra frilandsgrise, som er anbefalet af Dyrenes Beskyttelse. Også det økologiske kød kommer fra dyr med bedre vilkår, selvom der også her er plads til forbedringer.

Ja, kødet koster mere - men med et par vegetariske dage om ugen går regnskabet op, og det er både en gevinst for dyrevelfærden, helbredet og CO2-udslippet.

Så lad os sammen lægge pres på producenterne. Vi har magten og dermed også et ansvar.

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Debat: Hjørnesparket

MORGENAVISEN
Jyllands-Posten

16. december 2009, Jyllands-Posten, Sektion 1, Side 30 (Debat), 366 ord, Id: e1cfad9b

Den 25-årige københavner Jesper Husted har sat Institut for Menneskerettigheder, FN's Menneskerettighedsorganisation, Amnesty International og Folketingets Ombudsmand i alarmberedskab.

Henter billede...

Det viser sig, at han i forbindelse med en anholdelse har fået tilbudt valget mellem en kalkun/ ostesandwich eller en sandwich med spegepølse og mayonnaise -og så fra Norwegian Airlines. Da han imidlertid er **vegetar** og ikke kunne få en vegetarsandwich, måtte han lide den fornædelse at sidde i op til flere timer uden fast føde.

»Det var en meget kold og stressende oplevelse. Man føler sig som et dyr, der ikke er noget værd,« klager den 25-årige mand til Jyllands-Postens tirsdagsudgave.

Sagen har også foranlediget en klage fra Det Islamiske Trossamfund, som gør gældende, at det er en krænkelse af verdens 1,3 milliard muslimer, at politiet serverer spegepølsemdatter for de anholdte.

»Jeg har ganske vist ikke selv fået serveret spegepølsemdatter,« siger en repræsentant for Det Islamiske Trossamfund og tilføjer: »Faktisk har jeg heller ikke været anholdt, men alene bevidstheden om, at politiet serverer spegepølsemdatter for de anholdte efter at have ladet dem sulte og vansmægte i op til flere timer er en så alvorlig krænkelse af alverdens muslimer, at det kræver en øjeblikkelig, uforbeholden undskyldning.

International interesse har sagen også vakt, og fra New Delhi er der indløbet en stævning mod den danske stat for krænkelse af alverdens hinduer, idet det ikke har kunnet garanteres, at den tilbudte spegepølse ikke indeholder oksekød.

Det Mosaiske Troessamfund har iværksat en undersøgelse med henblik på at finde ud af, om der serveres kosher-mad for de anholdte. Hvis ikke, må også en klage derfra forudses.

Vægtvogterne har meldt sig med en protest over, at man ikke alene serverer mellemmdatter med fed spegepølse, men tillige smører dem til med mayonnaise.

Chefpolitiinspektør Per Larsen har vist sig imødekommende over for de protesterende og nævnt muligheden af, at de tilbageholdte skal skånes for at få serveret fornærmende og fornædrende mad.

»Vi må jo alligevel kun tilbageholde dem i få timer, så måske skulle vi nøjes med at tilbyde dem et glas vand,« siges han at have sagt.

Det har naturligvis kun forstærket protesterne. Nu sulter man også fangerne. I op til flere timer. Det er tortur. Intet mindre.

Ærbødigst, Deres Victoria.

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

MORGENAVISEN
Jyllands-Posten

Ledende artikel: Med fast hånd

📅 18. december 2009, Jyllands-Posten, Sektion 1, Side 22 (Debat), 485 ord, Id: e1d0a0c0

Enhver kritik af politiets håndtering af klimatopmødet i København skal ses i forhold til alternativet og i sammenligning med, hvad vi tidligere har set ved lignende, men meget mindre arrangementer.

Henter billede...

Over hele den del af verden, hvor menneskerettigheder og dermed retten til at demonstrere tages alvorligt, har vi set friheden misbrugt af hele internationale rejsehold af professionelle vandaler, hvis eneste formål har været at ødelægge så meget som muligt.

I andre stater, hvor man tager lidt lettere på menneskerettighederne, er det nemmere at styre folkemasserne, men det er ikke dagsordenen i et demokratisk samfund. Her er dagsordenen bl. a. at sikre lovlydige borgeres ret til at manifestere deres meninger ved at samles ubevæbnede og foranstalte demonstrationer i samarbejde med og under beskyttelse af politiet. Med udsigten til afbrændte biler, brand i gaderne, smadrede butiksruder og kvæstede politifolk og aktivister vedtog Folketinget i november en række skærpede bestemmelser i straffeloven og politiloven.

Formålet var at give politiet øgede beføjelser til at tage vandalerne ødelæggelser i opløbet med blandt andet præventive anholdelser.

Vi kan nu se, at politiledelsen dygtigt og beslutsomt har taget de nye muligheder i brug, og foreløbig har vi undgået de omfattende optøjer, som ved tidligere lejligheder både her og i udlandet har lagt hele bydele i ruiner.

Både jurister og politikere, som ikke støttede lovændringerne, advarede kraftigt og gjorde gældende, at de nye bestemmelser ville krænke borgernes ret til at demonstrere.

Erfaringen har vist det modsatte. Op imod 100.000 mennesker har kunnet gennemføre fredelige og ordentlige demonstrationer uden at få arrangementet ødelagt af de sædvanlige vandaler, som politiet med forskellige taktikker har formået at passivisere.

Indimellem har der endog været overskud til et stille smil, for eksempel når en uskyldigt anholdt person fremfører det prægante klagepunkt, at han som **vegetar** har måttet tåle den ydmygelse at få tilbudt en kalkunsandwich af politiet.

Vist har der været uheldige episoder, vist er der enkeltmedlemmer af politietaten, som tydeligvis har forløbet sig, og vist har politiets foranstaltninger ramt enkeltpersoner, som ikke burde have været tilbageholdt. De konkrete klagesager skal efterfølgende behandles efter gældende regler med borgerens retssikkerhed i centrum.

Der har også været episoder, hvor civilklædte politifolk har gjort et uheldigt valg af klædedragt og uretmæssigt inddraget et privat firma. Værst er det, at en politimand forklædte sig som medarbejder ved Danmarks Radio. Det er højst uheldigt og er da også straks blevet beklaget af politiledelsen, der garanterer mod gentagelser. Mediernes

medarbejdere skal kunne arbejde frit og må aldrig kunne mistænkes for at være forklædte politifolk.

Det overordnede indtryk er dog, at der med god grund tegner sig en sjælden fælles forståelse mellem regering, politi og befolkning. Trods både danske og internationale mediers fokusering på knippelslag, tjenestehunde og peberspray viser en Megafon-måling for Politiken og TV2, at 60 pct. af befolkningen støtter politiets nye muligheder for at opretholde roen og sikre lovlige demonstrationer. Det understøtter indtrykket af en folkelig proportionssans, som ikke alle medier mestrer.

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Debat: Rådmand, stop gemmelegen

18. januar 2010, JP Århus, Sektion 4 (JP Århus), Side 10 (Debat), JAKOB LINDBLOM småbørnsforælder medlem af EL, Århus Kalmargade 33, st. Århus N..., 426 ord, Id: e1d8e301

Vi skal forsvare en sekulær offentlig sektor uden religiøse dogmer.

Henter billede...

En række daginstitutioner i Århus har droppet svinekødet i madordningerne af hensyn til de muslimske børn. Det er en glidebane, som Enhedslisten må vende sig imod.

På Enhedslistens årsmøde i 2008 vedtog vi en religionspolitik, hvor det utvetydigt slås fast, at den offentlige sektor skal være sekulær (ikke-religiøs), hvilket både gælder kristendom, islam og andre religioner.

Det hedder i vedtagelsen: »Det offentlige skal ikke bruges som kampplads for religiøs forkyndelse eller indrettes ud fra religiøse dogmer og regler.«.

Svinekød - ikke en dansk værdi

Nu anser jeg ikke svinekød for en særlig dansk værdi, som DF tilsyneladende gør, og ingen skal mod deres vilje tvinges til at spise det, hverken muslimer, jøder eller **vegetarer**. Men et religiøst dogme skal heller ikke bestemme, hvad andre skal spise.

Og glidebanen er uendelig, hvis man pludselig skal tage hensyn til andre mindretal, der ikke råber lige så højt som de muslimske.

Hinduerne må ikke spise oksekød, og i ortodoks jødedom må mælkeprodukter ikke blandes med kød på tallerkenen eller drikkes til, så væk med mælkeglasset og millionbøffen, gryderetter eller sovse, der indeholder oksekød eller mælk, smør og kød. Ja, nogle ortodokse jøder bruger endda særligt mærket bestik og service til henholdsvis kød og mælkeprodukter.

I tolerancens navn

Skal århusianske daginstitutioner nu også have dette i tolerancens navn? Svaret må være nej, og selv om de pågældende forældrebestyrelser sikkert har afskaffet svinekødet af både bekvemmelighed og en sympatisk "vi skal alle være her"-holdning, så er det forfejlet, og der er brug for at se kritisk på religiøse spiseregler. Disse fungerer nemlig som en demarkationsfaktor, en os-dem-opdeling, der indadtil i den religiøse gruppe skal

definere, hvem der er rettroende, og hvem der ikke er, og udadtil hvem som tilhører religionen, og hvem der ikke gør.

Problemet heri er, at det nemt kan kamme over og blive til betragtninger om, hvem som er urene, og hvem som ikke er, hvilket i mine øjne ikke adskiller sig fra anden racisme.

Derfor er det beskæmmende, at visse århusianske daginstitutioner tilsyneladende vil bestyrke ikke blot muslimske børn, men hele børnegruppen i, at svinekød er urent ud fra et religiøst dogme.

Den rigtige pædagogik ville i stedet være, at børnene fra barnsben lærer, at det er helt naturligt, at deres ligestillede legekammerater kan spise forskelligt, uden at den ene gruppe religiøst set skal have mere ret end den anden, eller at noget er mere urent end andet.

Så mit håb er, at den ansvarlige rådmand snart standser gemmelegen og forsværer en sekulær offentlig sektor uden religiøse dogmer.

Hvem ved; måske det på længere sigt kan forebygge ekstremisme?.

- Børn i forskellige religioner har forskellige regler for, hvad de må og ikke må mht. mad. Skal århusianske daginstitutioner i tolerancens navn tage højde for det hele? Arkivfoto: Lars Krabbe

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.



Anm: Bio i mio mavo

20. august 2010, Jyllands-Posten, Sektion 2 (Puls), Side 26, JESPER STEIN LARSEN..., 528 ord, Id: e2254fe3

Anmeldelse: De to første økologiske restauranter er skudt op. Kvalitetsmæssigt ligger de københavnske spisesteder milevidt fra hinanden.

Henter billede...

Fredericiagade 78 1310 København K Tel: 33 32 24 66 www.biom.dk Åbent: tir-lør 11.30-23. Menu: 2 retter 280 kr. Fire stjerner.

Den er desværre med skrueprop,« siger tjeneren med et undskyldende smil.

»A' hva'?« svarer deres udsendte.

»Ja, CO2-udledningen er syv gange større med en skrueprop end med en korkprop,« siger han, som om det forklarer alt, og det gør det sikkert for nogle, men ikke for undertegnede.

Hvidvinen viser sig dog at være fortræffelig til at skylle den dårlige samvittighed ned med.

Vi er på Biom i Nyboder, den første 100 pct. økologiske restaurant i København.

Et biom er navnet på et økologisk levested, et større område med særlige livsprocesser, dyre- og plantearter, og ved at vælge det navn markerer restauranten også, at det er alvor med det bæredygtige og økologien.

Og det er jo alt sammen meget godt. Men smager det også? Ja, det gør det faktisk.

Og det smager godt.

Tre retter koster 345 kr., og den medfølgende vinmenu stod i 240 kr. pr. næse.

Der var kalveculotte, unghaneterrin og forel på menuen, som har tre valg i hver kategori, forret, hovedret og dessert. Vi lagde ud med en tynde skiver rå kammusling marineret i klar tomatsaft med tomatsorbet, tomatrelish og parmesanchips -perfekt sommermad i solen på fortovhjørnet foran restauranten.

Sødmefyldt, køligt og havfriskt.

En lille stykke sprødstegt rødtunge i baconpanade med auberginekompot, artiskokchips og kapersvinagrette var den anden forret, og også her var vi i toppen af velsmagsbarometeret.

Begge retter borgede for en stor oplevelse.

Vegetar i flertal Jeg valgte dagens vegetarret, som bestod af pocheret æg, nye asparges og gulerødder, brune bønner, fennikel, melonstykker, speltrisotto, spinat og friterede artiskokchips.

Jeg har måske endda glemt en ingrediens eller to, og når jeg nu ikke giver retten navn, så skyldes det, at der ikke var nogen voldsom prioritering, den var bare overvældende i sin variation, og jeg sad lidt med den fornemmelse, at fordi det var vegetarisk, så måtte der hellere være rigtigt meget af rigtigt mange forskellige ting.

Bønnerne havde jeg gerne undværet, også melonen, men risottoen var luftig og svampet på en gang.

Havbars med spelt

Min medspiser fik stegt havbars med speltrisotto, glaseret fennikel, grillet melon og skilt sauce - perfekt stegt fisk, sprød udenpå og med fint saftigt kød i midten -lidt kedeligt, at garnituren gik igen mellem retterne.

Sød afslutning

Til dessert fik vi en jordbærsalat med creme brulée og jordbærsorbet. Creme bruléeen var noget bleg i smagen, lige på kanten af budding, men den anden dessert, kirsebær gratineret i en slags mandelcrumble med en kugle vanilleis, gik rent hjem.

Der er gæster, der besøger dette sted, fordi det det økologiske betyder meget for dem, folk, der hellere drikker vin fra en flaske med kork end skruelåg, men er du ikke en af dem, kan du alligevel roligt lægge vejen forbi Biom, for her laves god mad til rimelige priser, og økologien går hånd i hånd med gastronomien.

Vi er i den øvre ende af kvalitetsbarometeret, betragteligt over bistroniveauet og med et personligt aftryk på retterne. Vi slap godt 1.000 kroner for tre retter med tre gode glas vin, og så kunne vi oven i købet gå hjem med grøn samvittighed.

Det giver fire rene stjerner.

jesper.stein@jp.dk

»Men smager det også? Ja, det gør det faktisk. Og det smager godt.«.

- Biom i Nyboder er Københavns første helt økologiske restaurant. Det er jo meget godt. Og det smager faktisk rigtigt godt. Foto: Mik Eskestad

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

